

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Insatisfação corporal e depressão em jovens adultos e idosos

Ana Rita Teixeira Freitas

M

2018



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

INSATISFAÇÃO CORPORAL E DEPRESSÃO EM JOVENS ADULTOS E IDOSOS

Ana Rita Teixeira Freitas

outubro 2018

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado em Psicologia,
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade
do Porto, orientada pelo Professor Doutor ***Nuno Gaspar*** (FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações do autor no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o autor declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O autor declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

AGRADECIMENTOS

É com muita alegria e orgulho que me vejo a concretizar mais um objetivo, porém, este não se teria materializado sem o contributo das várias pessoas que estiveram ao meu lado e no meu pensamento:

Agradeço ao Professor Doutor Nuno Gaspar pelo Orientador que foi. Obrigada por toda a disponibilidade, ajuda, atenção, conhecimento partilhado e calma que me transmitiu ao longo de todo este trabalho. É uma pessoa e um profissional que tenho como exemplo!

Agradeço à Professora Doutora Margarida Henriques pela receptividade e simpatia em ceder parte de uma das suas aulas para recolha de dados.

Agradeço ao Professor Doutor Rui Serôdio pela disponibilidade no esclarecimento de uma questão estatística.

Ao professor Morgado pela ajuda na tradução francesa.

Agradeço à Universidade Sénior Contemporânea do Porto, que prontamente me recebeu e disponibilizou o seu espaço para o processo de recolha de dados.

Agradeço a todos os participantes por tornarem este estudo possível.

Agradeço à minha família por me dar a oportunidade de concretizar os meus sonhos. Obrigada pais, mano, primos e tios. Aos meus pequeninos pela alegria que me dão. Às minhas estrelinhas, de quem tenho muitas saudades.

Agradeço às minhas amigas Ana M., Sara B., Sara P., Sofia, Helena, Ana S., Ângela, Carla, Rosa, Tamyris e ao amigo Lucas por serem quem são, pela força, amizade, preocupação, por estarem presentes nos bons e nos maus momentos. Aos colegas Rui, Hélder e Bárbara pelo companheirismo.

Agradeço ao meu namorado por me inspirar e ajudar a ser melhor.

RESUMO

Os temas da imagem e da insatisfação corporal são bastante atuais na sociedade contemporânea, porém, não muito estudados em Portugal. A insatisfação corporal é uma questão transnacional, que afeta homens e mulheres, desde crianças a idosos, sendo importante conhecê-la para poder intervir e minimizar os seus efeitos negativos.

A imagem corporal define-se como a representação mental da forma e tamanho do corpo, que é influenciada por vários fatores como a história, a cultura e a sociedade, que operam em períodos de tempo distintos (Slade, 1994). A insatisfação corporal define-se como a avaliação negativa do corpo, da forma e do peso (Fisher, 1986, citado em Cohen & Blaszczynski, 2015).

Este estudo propõe-se a analisar as diferenças do “sexo” e da “idade” em relação à insatisfação corporal e a estudar a relação entre a insatisfação corporal e a depressão. Assim, 94 sujeitos, representantes de duas faixas etárias, jovens adultos (18-29 anos) e idosos (+65 anos), preencheram um questionário composto pelos dados biográficos do participante, por um instrumento de avaliação da depressão (IACLIDE: Inventário de Avaliação Clínica da Depressão) e por uma tarefa que avalia a insatisfação corporal (CRDS: Contour Drawing Rating Scale). Os resultados revelaram maiores níveis de insatisfação corporal nas idosas comparativamente às jovens adultas. A relação entre o IMC e a faixa etária apontou no sentido de um maior IMC nos idosos. O IMC e a insatisfação corporal correlacionaram-se moderadamente de forma positiva. Observou-se uma correlação baixa positiva entre a depressão e a insatisfação corporal. Não se encontraram diferenças ao nível da depressão em função da faixa etária e do sexo.

Espera-se que esta investigação possa contribuir para um melhor e maior conhecimento acerca da insatisfação corporal e da depressão nas faixas etárias dos jovens adultos e dos idosos em Portugal. A população portuguesa está a envelhecer, pelo que se espera que os dados produzidos neste estudo possam conduzir à promoção de medidas que gerem uma melhor qualidade de vida à população.

Palavras-chave: imagem corporal ; insatisfação corporal ; depressão ; jovens adultos ; idosos.

ABSTRACT

The thematics of body image and body dissatisfaction are quite present at the contemporary society, but not much studied in Portugal. Body dissatisfaction is a transnational issue that affects both men and women, from children to the elderly, and it is important to know it, in order to intervene and minimize its negative effects.

Body image is defined as the mental representation of body shape and size, which is influenced by various factors such as history, culture and society, which operate in different periods of time (Slade, 1994). Body dissatisfaction is defined as the negative assessment of the body, shape and weight (Fisher, 1986, cited in Cohen & Blaszczynski, 2015).

The aim of this study is to analyze the differences of “sex” and “age” in relation to body dissatisfaction and to study the relationship between body dissatisfaction and depression. Ninety-four subjects, representing two age groups, young adults (18-29 years old) and the elderly (+65 years old), completed a questionnaire to collect biographical data, a depression assessment instrument (IACLIDE) and a task that evaluates body dissatisfaction (CDRS). The results revealed higher levels of body dissatisfaction in the elderly women compared to the young adult women. The relationship between the BMI and the age group pointed towards a higher BMI in the elderly. BMI and body dissatisfaction correlated moderately positively. A low positive correlation was observed between depression and body dissatisfaction. No differences were found in depression according to the age group and sex.

It is hoped that this research may contribute to a better and greater understanding of body dissatisfaction in the age groups of young adults and the elderly in Portugal. The portuguese population is aging, so it is expected that the data produced in this study may lead to the promotion of measures that generate a better quality of life for the population.

Keywords: body image ; body dissatisfaction ; depression ; young adults ; elderly.

RÉSUMÉ

Les thèmes de l'image et de l'insatisfaction corporelle sont assez actuels dans la société contemporaine, pourtant, pas beaucoup étudiés au Portugal. L'insatisfaction corporelle est une question transnationale, qui affecte hommes et femmes, dès les enfants jusqu'aux plus âgés, étant important de la connaître pour pouvoir intervenir et réduire ses effets négatifs. L'image corporelle est définie comme la représentation mentale de la forme et de la taille du corps, qui est influencée par divers facteurs, tels que l'histoire, la culture et la société, qui opèrent en périodes de temps distincts (Slade, 1994). L'insatisfaction corporelle est définie comme l'évaluation négative du corps, de la forme et du poids. (Fisher, 1986, cité dans Cohen & Blaszczynski, 2015).

Cette étude se propose à analyser les différences du sexe et de l'âge par rapport à l'insatisfaction corporelle et à étudier le rapport entre l'insatisfaction corporelle et la dépression. De cette manière, 94 sujets, représentants des deux tranches d'âge, jeunes adultes (18-29 ans) et âgés (+ 65 ans), ont rempli une enquête contenant plusieurs données biographiques du participant, par un instrument d'évaluation de la dépression (IACLIDE) et par une tâche qui évalue l'insatisfaction corporelle (CDRS). Les résultats ont montré plus grands niveaux d'insatisfaction corporelle dans les âgés, par rapport aux jeunes adultes. Le rapport entre l'IMC et la tranche d'âge a indiqué le sens d'un plus grand IMC chez les âgés. L'IMC et l'insatisfaction corporelle se lient modérément de manière positive. On a observé une corrélation baisse positive entre la dépression et l'insatisfaction corporelle. On n'a pas trouvé de différences au niveau de la dépression en fonction de la tranche d'âge et du sexe.

On espère que cette recherche puisse contribuer à une plus bonne et plus profonde connaissance sur l'insatisfaction corporelle et la dépression dans les tranches d'âge des jeunes adultes et des âgés, dans Portugal. La population portugaise est en train de vieillir, c'est pourquoi on espère que les résultats de cette étude puissent conduire à la promotion de mesures qui soient à la base d'une meilleure qualité de vie de la population.

Mots-clefs: image corporelle ; insatisfaction corporelle ; dépression ; jeunes adultes ; âgés.

ÍNDICE

I - Introdução.....	1
II – Método.....	16
1 – Objetivo do estudo.....	16
2 – Metodologia.....	17
2.1 – Participantes.....	17
2.2 – Instrumentos.....	18
2.3 – Procedimento.....	20
III – Resultados.....	22
1 – Análise de dados.....	22
2 – Apresentação de resultados.....	22
IV – Discussão.....	28
V – Conclusões gerais.....	34
VI - Referências Bibliográficas.....	35
VII - Anexos.....	45

LISTA DE ABREVIATURAS

CDRS - Contour Drawing Rating Scale

DP – Desvio padrão

et al. – e outros (do latim *et alii*)

FPCEUP – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

IACLIDE - Inventário de Avaliação Clínica da Depressão

IMC – Índice de Massa Corporal

Media – Meios de comunicação social

M – Média

N – Número de participantes

p – Nível de significância

r – Coeficiente de correlação de Pearson

t – Estatística de teste *t* de Student

SPSS – Statistical Package for Social Sciences

I - INTRODUÇÃO

PREÂMBULO

A presente dissertação, realizada no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, tem como título “Insatisfação corporal e depressão em jovens adultos e idosos”, e tem como objetivo analisar diferenças das variáveis “sexo” e “idade” no que diz respeito à insatisfação corporal e estudar a relação desta com a depressão. Os participantes deste estudo foram homens e mulheres, representantes de duas faixas etárias: jovens adultos e idosos.

A insatisfação corporal continua a ser uma grande e pertinente questão na atualidade mundial, já que afeta tanto homens como mulheres, desde crianças a idosos. Há autores que calculam que 25 a 80% dos indivíduos apresentam insatisfação corporal (Al Sabbah et al., 2009). Alguns fatores que poderão contribuir para tal insatisfação são as influências socioculturais, dos *media*, da família e do grupo de pares. A insatisfação corporal pode ter consequências nefastas para a vida do indivíduo, como por exemplo pode contribuir para a redução do nível de autoestima (Johnson & Wardle, 2005; Smolak, 2004), para o desenvolvimento de perturbações do comportamento alimentar (Lee, 2013; Tiggemann, 2012), para a depressão (Lee, 2013; Maxwell & Cole, 2012), para o desenvolvimento de ideação suicida (Brausch & Muechlenkamp, 2007) e para o sofrimento psíquico (Johnson & Wardle, 2005). Assim, é importante estudar a insatisfação corporal de forma a poder amenizar alguns dos seus efeitos.

Com base na revisão da literatura, os estudos sobre o tema da imagem corporal têm-se focado na população feminina, principalmente em adolescentes e em jovens universitárias (Lewis & Cachelin, 2001; MacNeil, Best & Davis, 2017). Similarmente, a investigação no âmbito da imagem corporal masculina tem dedicado o seu estudo maioritariamente aos jovens universitários, sendo importante estudar os homens de meia idade e os idosos e sendo necessária a comparação entre diferentes grupos etários, já que a insatisfação corporal nos homens tem aumentado (Peat, Peyerl, Ferraro & Buttler, 2011).

Em 2016, por cada 100 jovens em Portugal existiam 148,7 idosos (PORDATA, 2018), facto que reflete o envelhecimento do país e a necessidade de conhecer a insatisfação corporal desta grande porção da população. Este estudo pretende contribuir para a existência de informação relevante sobre esta temática nesta faixa etária, na população portuguesa, que possa levar à promoção de medidas que conduzam a uma maior qualidade de vida neste grupo etário.

Por sua vez, é importante estudar os adolescentes e os adultos pois são grupos que poderão sofrer de problemas relacionados com a imagem corporal, dado que são faixas etárias vulneráveis no que diz respeito às pressões da sociedade (Silva, Dias, Pimenta & Campos, 2014). É relevante estudar o contexto universitário, pois há autores que consideram que tal ambiente produz mudanças sociais repentinas, eleva a tensão e a ansiedade dos indivíduos, e desse modo pode desenvolver perturbações alimentares e problemas relacionados com o aspeto físico (Costa & Vasconcelos, 2010; Sepulveda, Carrobbles, & Gandarilhas, 2008). Vários autores consideram que as questões relacionadas com a insatisfação corporal e com as perturbações alimentares são frequentes nas universidades (Cohen & Petrie, 2005; Halmi, Falk, & Schwartz, 1981).

No que concerne à estrutura da dissertação, de seguida será desenvolvido o enquadramento teórico em que se vão abordar os conceitos de “imagem corporal”, “insatisfação corporal” e se fará a revisão de alguns estudos de insatisfação corporal tanto em mulheres como em homens. Também se mencionará o papel da sociedade, dos *media*, da família e dos pares sobre a insatisfação corporal, sendo referida a ligação entre a insatisfação corporal e a depressão. Posteriormente será apresentado o estudo empírico, nas secções do método, resultados e discussão, e serão tecidas algumas considerações finais do estudo.

ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Imagem corporal

Seymour Fisher desenvolveu o conceito de imagem corporal e propôs que a capacidade de perceber a imagem corporal começa na infância, evoluindo depois para avaliações mais complexas (Cash & Smolak, 2012; Ribeiro, Tavares & Caetano, 2012). Juntamente com Sidney Cleveland, em 1968, Fisher afirma que o corpo é um objeto psicológico e que as pessoas organizam as suas percepções corporais, que vão, por sua vez, afetar o comportamento (Ribeiro et al., 2012). A teoria de Fisher foi baseada nas proposições de Schilder (1999, citado por Ribeiro et al., 2012), que concebiam o conceito do corpo como uma experiência psicológica focada nos sentimentos que cada indivíduo possui acerca do seu corpo. Assim, a imagem corporal diz respeito a experiências individuais subjetivas e ao modo como o sujeito as organiza ao longo do desenvolvimento.

Banfield & McCabe, em 2002, declararam que a “imagem corporal” era considerada um construto unidimensional, contudo atualmente é visto como multidimensional. O construto inclui dimensões tais como a percepção, o afeto, a cognição (Cash & Green, 1986), a insatisfação corporal e a preferência pela magreza (Williamson, Gleaves, Watkins & Schlundt, 1993).

Para Slade, 1994, a imagem corporal consistia numa representação mental da forma e tamanho do corpo, que é influenciada por fatores históricos, culturais, sociais, individuais e biológicos, que atuam em diferentes períodos de tempo. A imagem corporal é composta pelas dimensões: a) perceptivas e b) atitudinais/afetivas/cognitivas. Deste modo, a imagem corporal que diz respeito à percepção é definida como a precisão da estimativa do tamanho do corpo de um indivíduo. Por sua vez, a dimensão atitudinal/afetiva/cognitiva diz respeito aos sentimentos que um indivíduo tem perante o seu corpo.

Thompson, em 1990, afirmou que a avaliação da imagem corporal envolve componentes perceptivas (precisão na estimativa do tamanho), subjetivas (avaliação corporal) e comportamentais (evitamento de situações) (citado em Gaspar, 1999).

A imagem corporal tem um papel crucial no autoconceito, sendo que possuir

uma imagem corporal negativa pode constituir um grande desafio para muitos indivíduos (Rabito-Alcón & Rodríguez-Molina, 2016).

Insatisfação corporal

Fisher, em 1986, definiu a insatisfação corporal como a avaliação negativa do corpo, da forma e do peso (citado em Cohen & Blaszczynski, 2015).

Já Grogan, em 2008, descreveu a insatisfação corporal como os pensamentos negativos que uma pessoa tem acerca do seu próprio corpo (citado em Mutale, Dunn, Stiller & Larkin, 2016). Os indivíduos julgam o seu corpo em termos de tamanho, forma e firmeza muscular, havendo geralmente uma discrepância e uma inconsistência entre o corpo atual da pessoa e o seu tipo de corpo ideal.

A insatisfação com a imagem corporal diz respeito ao desconforto que uma pessoa sente com o seu corpo e esta insatisfação liga-se à avaliação do corpo de uma forma negativa (Rabito-Alcón & Rodríguez-Molina, 2016). A insatisfação acontece dada a discrepância entre o padrão da aparência pessoal e societal (Posavac, H., Posavac, S. & Posavac, E., 1998).

A insatisfação corporal pode ir desde avaliações negativas de algumas partes do corpo até uma obsessão extrema com a aparência (Baile, Raich & Garrido, 2003, citado em Rabito-Alcón & Rodríguez-Molina, 2016).

Há evidência de que grande parte das mulheres e raparigas experienciam uma imagem corporal negativa, sendo o peso “descrito como um ‘descontentamento normativo’ para as mulheres” (Tiggemann, 2012, p.12). A insatisfação corporal é tipicamente uma questão feminina (Green & Pritchard, 2003).

As raparigas estão mais preocupadas com a aparência e os rapazes mais focados na força física: esta diferença deriva dos estereótipos de género, em que a eficácia é um valor referente aos homens, e a sedução relativa às mulheres (Ribeiro, 2005).

Os rapazes e homens desejam tornar-se mais musculosos, sendo as preocupações com o tamanho dos músculos algo normativo para eles e possuindo um maior desejo do que as mulheres no que diz respeito a atingir musculatura (Karazsia, Murnen & Tylka, 2016; Tiggemann, 2012).

As estudantes universitárias avaliam mais negativamente a sua imagem corporal

e investem mais na sua aparência, comparativamente aos seus colegas homens (Muth & Cash, 1997). Contudo, há estudos que não encontram diferenças de gênero (Wilcox, 1997), o que pode indicar um aumento da insatisfação masculina, concretamente na faixa etária dos adultos (Cash, 1997; Raudenbush & Zellner, 1997, citado em Green & Pritchard, 2003).

De acordo com Tiggemann (2012), a satisfação com a aparência e com o corpo contribuem para os níveis globais de autoestima. Homens que procurem atingir um corpo magro e musculado podem sofrer de insatisfação corporal e de perturbações alimentares (Grogan & Richards, 2002; Hargreaves & Tiggemann, 2006, citado em Peat et al., 2011).

No geral, os níveis de insatisfação corporal dos homens são menores que os das mulheres e mulheres de todos os grupos etários ambicionam um corpo mais magro, independentemente do seu IMC (McCabe & Ricciardelli, 2004). Quanto aos homens, alguns desejam um corpo magro e outros idealizam um corpo musculado. As mulheres investem mais na sua imagem corporal, porém, são mais insatisfeitas do que os homens (Smith, Thompson, Raczyński & Hilner, 1999). O estudo de Afonso, 1999, concluiu que 48% da população Portuguesa sentia satisfação com a sua imagem corporal, porém, 45% dos indivíduos sentiam-se gordos. Muitos testes de silhuetas foram aplicados, em que os indivíduos têm de escolher a sua silhueta física atual e ideal (as figuras vão de silhuetas muito magras a muito gordas) e os resultados mostram uma maior insatisfação (discrepância entre as duas figuras) em mulheres do que em homens (Tiggemann, 2004). Além disso, a idade não tem efeito na insatisfação respeitante às mulheres (Tiggemann, 2004). O desejo de ser mais magra não se modifica entre mulheres de diferentes idades (Allaz, Bernstein, Rouget, Archinard & Morabia, 1998); nem se modificam preocupações relativas à comida nem ao peso (Pliner, Chaiken & Flett, 1990); nem se modifica a preocupação de ter sobrepeso (Cash & Henry, 1995), nem se modifica a estima corporal (McKinley, 1999), nem se modifica a satisfação com a aparência (Paxton & Phythian, 1999), nem se modifica a satisfação com partes do corpo (Deeks & McCabe, 2001). As imagens ideais das mulheres aumentam de tamanho ao mesmo tempo que as próprias mulheres envelhecem e se tornam mais pesadas (Tiggemann, 2004). É comum as mulheres acreditarem que são mais pesadas relativamente ao ideal societal e também comparativamente ao que é mais atrativo para

os homens (Fallon & Rozin, 1985). Geralmente, os homens preferem uma figura feminina maior do que a escolhida pelas mulheres nos testes de silhuetas (Tiggemann, 2004).

Como a beleza é associada à juventude e à magreza, é um desafio para as mulheres mais velhas manter uma imagem positiva de si (Hurd, 2000). Tiggemann, em 2004, mostrou que a insatisfação corporal se mantém estável durante a vida das mulheres, mas que a importância dada à aparência física decresce à medida que elas envelhecem. A importância pode diminuir porque as mulheres ajustam as suas comparações corporais às de pessoas da sua idade; adicionalmente, também adquirem expectativas mais realistas do que é atingível para si.

Durante 31 anos, as mulheres baixaram os seus níveis de insatisfação corporal que eram relativos à magreza, com a justificação que esforços foram feitos para que as mulheres adquiram uma imagem corporal mais realista e também devido às tendências da aceitação e apreciação corporais (Karazsia et al., 2016). No que diz respeito aos homens, é possível que o tamanho e formas corporais tenham uma maior importância no início da vida (Peat et al., 2011).

Em adultos mais velhos está patente uma mudança de foco da aparência do corpo para a função corporal, adquirindo a última uma maior importância (Tiggemann, 2004).

Estudos de insatisfação corporal em mulheres

Forbes et al., 2005, conduziram um estudo com mulheres universitárias e respetivas mães, no qual os resultados indicaram que as duas gerações experienciavam insatisfação corporal. Foi usada a Figure Rating Scale (Stunkard et al., 1983, citado por Forbes et al., 2005) e os resultados mostraram que tanto filhas e mães relataram ter um corpo maior do que elas gostariam de ter, maior do que as mulheres da sua idade gostariam de ter e maior do que os homens da sua idade preferiam. As mães escolheram figuras maiores do que as filhas para representar os corpos acima referidos e as mães apresentaram uma maior discrepância entre o seu corpo atual e ideal. As filhas associaram um maior índice de massa corporal a confiança e atração sexual, enquanto que as mães o associaram a uma maior insatisfação com a sua forma física. O estudo

também revelou “a presença de insatisfação corporal entre as mães quando tinham a idade das filhas” (Forbes et al, 2005, p. 291).

Lewis & Cachelin, em 2001, pretendiam estudar diferenças de coorte na imagem corporal, desejo de ser magra e atitudes perante a comida em dois grupos de mulheres: meia idade (50-65 anos) e idosas (66 anos e mais). Os resultados indicaram que o grupo das mulheres de meia idade era o que tinha o maior desejo de magreza, porém, o grupo das mulheres idosas apresentava níveis semelhantes de insatisfação ao grupo mais novo. No que diz respeito à influência sociocultural, descobriu-se que as pressões afetam de maneira similar as mulheres de ambas as gerações. Um ponto interessante é que o grupo mais velho tem menos probabilidade de se envolver em atitudes que reduzam a sua insatisfação corporal, como a limitação daquilo que comem.

Um estudo conduzido por Swami et al., em 2010, revelou que “a insatisfação corporal das mulheres não é prevista pela idade” (citado por Grogan, 2012, p. 95). Outros estudos mostram que as mulheres se tornam mais satisfeitas com o seu corpo à medida que envelhecem, entre os 60 e 85 anos (Grogan, 2012). Todavia, muitas mulheres relatam descontentamento em relação ao seu peso. O facto de as mulheres mais velhas terem objetivos corporais mais realistas do que as pessoas mais novas, o que leva a uma pequena diferença entre a forma física atual e ideal, poderá ser uma maneira de explicar os resultados.

Swami, Neto, Tovée & Furnham, em 2007, analisaram a importância do índice de massa corporal e da relação cintura-anca, em três países europeus (Grã-Bretanha, Portugal e Espanha). O objetivo era que participantes masculinos avaliassem imagens de mulheres reais, com índice de massa corporal e relação cintura-anca conhecidas, e os resultados revelaram que o índice de massa corporal determinava a atratividade física das mulheres, preferindo os homens as mulheres mais magras.

Liechty, em 2012, estudou a insatisfação corporal em mulheres com idades compreendidas entre os 60 e os 69 anos. Os resultados da sua investigação mostraram que as mulheres que colocavam uma grande importância na aparência e tinham uma imagem corporal ideal como sendo magras e novas, se sentiam mais desgostosas do que as mulheres que davam valor à aparência, mas ligada ao estilo e forma de vestir; as que possuíam a prioridade da magreza e da juventude tinham mais probabilidade de apresentar insatisfação corporal, com a idade. O estudo salienta a importância que as

mulheres dão à funcionalidade do corpo sobre a aparência, todavia, destaca uma dualidade interessante: as mulheres estão satisfeitas com o seu físico, porém, também o desejam modificar.

As mulheres mais velhas são conscientes da sua aparência, insatisfeitas com o seu corpo e preocupadas com a perda de peso (Ferraro et al., 2008; Fey-Yensan, McCormick, & English, 2002). Contudo, as prioridades das mulheres mais velhas são diferentes das mulheres mais novas, dando as mais velhas menos importância à sua forma física e comparando-se a corpos mais realistas para a sua idade e semelhantes aos seus (Tiggemann, 2004). Além disso dão mais importância ao funcionamento do corpo e têm menos probabilidade de se envolver em distúrbios alimentares para atingir o ideal de beleza (Lewis & Cachelin, 2001; Liechty, 2012)

Mangweth-Matzek e colegas, em 2006, estudaram o comportamento alimentar e atitudes perante o corpo em 1000 mulheres, com idades compreendidas entre os 60 e os 70 anos. O seu estudo revelou que 48% das mulheres tinham um IMC de 25.1, porém, o seu IMC desejado era de 23.3. Cerca de 80% das mulheres faziam controlo do seu peso, 60% estavam insatisfeitas com o seu corpo e 18 mulheres cumpriam critérios relativos a perturbações alimentares, mostrando o estudo que a insatisfação corporal e os problemas alimentares não acontecem apenas em mulheres jovens.

Algumas mulheres ligam a beleza à sua identidade, enquanto outras não, demonstrando desse modo menos preocupações (Whitbourne & Collins, 1998). Para as mulheres que se definem pelo seu aspeto, o processo de envelhecimento pode-se revelar desafiante (Chrisler & Ghiz, 1993; Ferraro et al., 2008).

Estudos de insatisfação corporal em homens

A investigação de Garner, em 1997, indicou que 43% dos homens reportavam insatisfação com a sua aparência geral. Peat e colaboradores, 2011, estudaram a comparação dos níveis de insatisfação corporal de homens mais velhos (+50 anos) e mais novos (estudantes universitários), revelando os resultados que os mais novos eram os mais insatisfeitos, mesmo tendo um IMC mais baixo. Os autores sugeriram que os fatores socioculturais têm um papel crucial no que diz respeito ao desenvolvimento da insatisfação. Esta investigação também demonstrou que apesar de os homens mais

velhos possuem um maior IMC e níveis mais altos de depressão, estes eram os mais satisfeitos com a sua forma física. Caso os homens mais velhos adiram aos papéis tradicionais de gênero, como a autoconfiança e a independência, poderão estar protegidos de um foco excessivo na aparência, o que pode levar a uma menor insatisfação corporal (Martz, Handley, & Eisler, 1995). Nestes homens mais velhos, socializados de acordo com os papéis de gênero, a pressão para atingir a imagem corporal ideal pode ser menos proeminente, relativamente aos homens mais novos (Peat et al., 2011).

Há posições contrastantes no que diz respeito aos estudos com homens e mulheres: por exemplo, o estudo de Kaminski & Hayslip, em 2006, demonstrou que os homens são mais infelizes do que as mulheres com a sua aparência, à medida que envelhecem. Por outro lado, Grogan, em 2012, afirma que os homens estão mais satisfeitos do que as mulheres relativamente à sua imagem corporal.

A investigação realizada com a população masculina revela dados contraditórios, apresentando estudos que alegam que: a) os homens mais velhos estão menos satisfeitos relativamente aos mais novos, b) não existem diferenças na satisfação e c) os homens mais velhos têm menos preocupações corporais do que os mais novos (Grogan, 2012). Há ainda evidência de que idades diferentes produzem ideais de beleza distintos. A queda na satisfação corporal dos homens seria expectável se eles “comparassem o seu corpo atual com o que tinham quando eram mais novos” (Grogan, 2012, p. 97).

As influências da sociedade, dos *media*, da família e dos pares na insatisfação corporal

O modelo sociocultural

O Modelo Tripartido da Influência explica a insatisfação corporal que resulta das expectativas socioculturais e diz-nos que há três grandes influências nesta insatisfação: os pares, a família e os *media* (van den Berg, Thompson, Obremski-Brandon & Coover, 2002). Estes três fatores influenciam a insatisfação ao afetar o comportamento alimentar e o afeto negativo (Zane & Yeh, 2002, citado em Javier &

Belgrave, 2015). O modelo sociocultural declara que os ideais sociais de beleza e as preferências por certos tipos de corpo são aprendidas nestes contextos sociais (Dye, 2016; Tiggemann, 2012).

Possuir uma alta internalização, isto é, aderir cognitivamente aos ideais de atratividade da sociedade e dos *media* levam a insatisfação corporal, podendo esta conduzir a perturbações alimentares (Dye, 2016). Os ideais são internalizados, o que resulta em satisfação ou insatisfação, caso o corpo da pessoa vá ao encontro do corpo ideal (Tiggemann, 2012). O que acontece é que os ideais de magreza e de musculatura são difíceis de atingir, porém são internalizados como um ponto de referência a alcançar, o que origina insatisfação corporal (Tiggemann, 2012).

O ideal de beleza para as mulheres é baseado na magreza, tendo-se o corpo ideal “tornado cada vez mais magro nas últimas décadas”, e envolve a atenuação das coxas e das ancas (Gaspar, 1999, p. 40; Tiggemann, 2012, pp. 14-15).

No que diz respeito aos homens, “a norma sociocultural para o corpo ideal tornou-se cada vez mais musculosa” (Leit, Pope & Gray, 1999; Tiggemann, 2012, p. 15).

A preocupação com a aparência dá valor à pessoa (Gaspar, 1999). Os sinais de envelhecimento e a ação de não cuidar do corpo são vistos como preguiça e fracasso moral (Featherstone, 1991, citado em Gaspar, 1999).

Pensava-se que o ideal magro de beleza tinha uma prevalência mais baixa nas sociedades em desenvolvimento, mas agora é conhecido que se trata de um fenómeno transnacional (Tiggemann, 2012). Nas sociedades ocidentais, a magreza é vista como um indicador de beleza, de sucesso e de uma elevada autoestima (Correia et al., 2006).

Tanto em homens como em mulheres, uma imagem jovem é valorizada, mas as mulheres são mais pressionadas para se manterem dessa forma à medida que envelhecem (Gaspar, 1999; Grogan, 2012). As mulheres são mais rigorosamente julgadas quando comparadas aos homens, no que concerne à atração física (Grogan, 2012). As mulheres mais velhas são vistas como “assexuais, solitárias e deprimidas” (Grogan, 2012, p. 94); por outro lado, homens com mais de 70 anos são representados como incapacitados (Grogan, 2012). As mulheres ganham *status* com a sua aparência e os homens ganham *status* pela sua inteligência, riqueza ou poder (Wilcox, 1997).

A maior parte da literatura mostra que os homens se cuidam menos do que as

mulheres, no que diz respeito à aparência, em todas as idades (Grogan, 2012).

A internalização das normas de beleza da sociedade leva a uma comparação social excessiva (van den Berg et al., 2002). A teoria da comparação social (Festinger, 1954, citado em Peat et al., 2011) defende que os homens mais velhos podem ser menos propensos a comparar-se com as imagens dos meios de comunicação e tendem mais a comparar-se com pessoas que têm uma forma física mais parecida com a deles. De forma semelhante, se mulheres idosas observarem nos *media* imagens de mulheres mais novas, é provável que não ocorra comparação social (Higgins, 1987, citado em Bessenoff & Priore, 2007). Adicionalmente, Heidrich & Ryff, 1993, afirmaram que as mulheres idosas se comparam a pessoas mais velhas ou a amigas, de forma a manter uma imagem positiva de si.

Tiggemann & Williamson, 2000, propuseram que as mulheres jovens são expostas a mensagens mais duras, pela parte dos *media*, do que as idosas.

A teoria da comparação social menciona ainda que seria de esperar um aumento na insatisfação corporal das mulheres à medida que envelhecem, isto porque vão ganhando peso e por esse motivo afastam-se cada vez mais do considerado corpo ideal (Liechty, 2012). Mesmo que as idosas estejam menos satisfeitas com a sua aparência, as consequências dessa insatisfação serão distintas relativamente às das mulheres mais jovens, dado que as idosas se preocupam menos com o seu aspeto físico.

É notório que nem todas as pessoas com obesidade vão sofrer de insatisfação corporal e que também pessoas com peso a menos podem sentir insatisfação no seu corpo (Curtis & Loomans, 2014).

O papel dos *media* na insatisfação corporal

Os *media* são uma grande parte das nossas vidas e contêm uma grande quantidade de informação pouco saudável no que diz respeito à imagem corporal, fazendo aumentar as imagens corporais negativas e as doenças relacionadas com a alimentação; as revistas são o meio de comunicação que mais influencia os jovens adultos (Levine & Chapman, 2012).

Os *media* representam a imagem ideal de uma mulher como sendo alta, magra, de cor branca e com o peito grande, e a imagem ideal de um homem como sendo alto,

magro, bem vestido e musculado (Levine & Chapman, 2012). A internalização do ideal de beleza magro é um preditor de uma imagem corporal negativa, sendo as mulheres as mais afetadas por estes ideais.

Mesmo exposições breves a imagens idealizadas pelos *media* de corpos masculinos podem afetar negativamente jovens adultos (Arbour & Ginis, 2006).

Quando mulheres olham para outras mulheres, vendo-as como tendo uma forma física superior à sua, podem desenvolver uma baixa autoestima (Dye, 2016). As mulheres que vêem uma divergência entre si e as imagens retratadas pelos meios de comunicação têm uma probabilidade de se sentirem menos satisfeitas com o seu corpo, de sentirem desconforto psicológico, podendo levar a uma baixa da autoestima, sendo essencial desmistificar as “imagens perfeitas” retratadas pelos *media* (Bessenoff & Priore, 2007; Jasper, 1993, citado em Correia et al., 2006, p. 35).

O papel da família e dos pares na insatisfação corporal

Apesar da avaliação subjetiva e individual que um indivíduo faz do seu corpo ter em consideração valores e objetivos internos, ela “reflete as experiências com as outras pessoas no mundo social” (Jones, 2012, p. 110).

Os pais expressam opiniões sobre a aparência e avaliam os seus corpos e os de outras pessoas, servindo como modelos para os filhos, que poderão iniciar uma dieta e sentir insatisfação caso os seus pais realcem a importância de ter um corpo magro ou musculado (Jones, 2012).

O grupo de pares é fulcral no que diz respeito à imagem corporal pois nele é criada uma “cultura de aparências (...) dirigida por normas e expectativas que são moldadas e reforçadas pelos pares” (Jones, 2012, p. 112). Os amigos normalmente têm uma postura semelhante no que diz respeito à aparência e estratégias relacionadas com a dieta, problemas alimentares e crescimento muscular. O foco que se dá à imagem corporal assinala a aparência como um atributo importante, incentivando a comparação social. Quando as crianças percebem que para serem aceites precisam de ter ideais de beleza, estão em risco de desenvolver uma imagem corporal negativa.

O estudo de Javier & Belgrave, em 2015, com universitárias asiáticas-americanas revelou que a influência dos *media*, dos pares e a internalização do ideal de

magreza tiveram mais impacto na previsão da insatisfação corporal do que a família.

Green & Pritchard, em 2003, num estudo com adultos com idades compreendidas entre os 19 e os 68 anos, concluíram que os *media* predisseram a insatisfação nas mulheres e que a idade, a pressão familiar e a autoestima predisseram a insatisfação tanto em mulheres como em homens.

Insatisfação corporal e depressão

Os estudos realçam a importância de uma imagem corporal saudável no campo da saúde mental e depressão (Jackson et al., 2014). A depressão é um grande e sério problema de saúde mental em todo o mundo, que afeta o funcionamento do indivíduo e o bem-estar social, exercendo impacto funcional em qualquer faixa etária (Pocinho, Farate, Dias, Lee & Yesavage, 2009). É um transtorno composto por fatores biológicos, sociais e psicológicos, que tem como sintomas a tristeza, a saudade, a angústia, o desânimo (Gordilho, 2012, citado em Irigaray & Schneider, 2007).

A passagem da adolescência para a vida adulta implica mudanças, podendo resultar numa crise em busca de uma nova identidade (Lopez et al., 2011). Assim, ser um jovem adulto é um fator de risco associado à depressão (Rubio, 2002). Similarmente, a depressão também é um transtorno psiquiátrico comum nos idosos, visto que o envelhecimento acarreta limitações funcionais, que levam ao decréscimo da saúde física, que por sua vez está associado à depressão (Beekman et al., 1997). Os fatores de risco para a depressão na velhice são a falta de contactos sociais, a viuvez, a institucionalização, o isolamento social, a ansiedade, a falta de atividades sociais e o baixo nível educacional, por exemplo (Djernes, 2006).

As mulheres possuem o dobro da probabilidade dos homens de serem diagnosticadas com depressão, porém, existe um grande número de homens que também sofre desta patologia (Addis & Hoffman, 2017). Os homens têm um maior estigma em relação a esta doença e características masculinas como o controle emocional e a autoconfiança conduzem à dificuldade em reconhecer o seu sofrimento, comunicá-lo a outros e pedir ajuda. A construção social de género pode levar bastantes homens a mascarar sintomas de depressão com respostas tipicamente masculinas à depressão como comportamentos de raiva, abuso de substâncias e impulsividade

(Kilmartin, 2005). Além destes comportamentos, a depressão nos homens também se pode manifestar pelo evitamento, promiscuidade sexual e excesso de trabalho (Magovcevic & Addis, 2008). O conformismo às normas masculinas correlaciona-se com atitudes negativas em relação a pedir ajuda (Vogel, Heimerdinger-Edwards, Hammer & Hubbard, 2011).

Um estudo efetuado em Espanha comparou diferenças no nível de depressão em idosos, de ambos os sexos, mostrando os resultados que a maior frequência deste transtorno diz respeito às mulheres, devido ao nível educativo, à doença crónica e ao apoio social (Sendra-Gutiérrez, Asensio-Moreno & Vargas-Aragón, 2017).

Foi encontrada uma associação bidirecional entre a depressão e a obesidade, entre homens e mulheres: os indivíduos obesos frequentemente têm uma baixa autoestima e sofrem de depressão, consequências causadas pelo estigma a que estão expostos (Ferreiro, Seoane, & Senra, 2014; Mannan, Mamun, Doi & Clavarino, 2016; Puhl & Heuer, 2009; van den Berg et al., 2010).

Correia e colaboradores, 2006, estudaram a perceção da imagem corporal em adultos portugueses obesos, apontando os resultados para o carácter distorcido das perceções dos participantes.

O ideal cultural de magreza faz com que a depressão ocorra mais frequentemente em mulheres do que em homens, fazendo aumentar as taxas de depressão em mulheres jovens, cada vez mais cedo nas suas vidas (McCarthy, 1990). Também a crença de que uma pessoa não tem musculatura suficiente apresenta uma correlação forte com a depressão (Olivardia, Pope, Borowiecki & Cohane, 2004).

A depressão pode ser ligada à insatisfação corporal: mulheres que acreditavam que o seu corpo era maior do que na realidade era, tinham uma maior probabilidade de sofrer de depressão do que as mulheres que tinham uma perceção precisa do peso do seu corpo (Harring, Montgomery & Hardin, 2010). Observou-se um contraste de género interessante: as mulheres com excesso de peso, que tinham uma correta perceção do seu corpo, tinham mais probabilidades de sofrer de depressão do que homens que também possuíam essa perceção.

Um estudo que utilizou os dados da Swiss Health Survey, de 2012, pretendia avaliar se a depressão estava associada à insatisfação com o peso corporal, em diferentes grupos de idades (18-29; 30-59; +60), em ambos os sexos (Richard,

Rohrmann, Lohse & Eichholzer, 2016). Os resultados revelaram que a insatisfação com o peso estava associada à depressão, independentemente do sexo, idade e índice de massa corporal.

Num estudo que envolveu 472 mulheres dos 18 aos 55 anos verificou-se que a ansiedade, a depressão e o facto de fazer dieta moderaram significativamente a relação entre a insatisfação corporal e as perturbações alimentares (Juarascio, Perone & Timko, 2011). Assim, a depressão está positivamente correlacionada com uma imagem corporal negativa (Brausch & Gutierrez, 2009).

II – MÉTODO

1. Objetivo do estudo

Este estudo pretende investigar as diferenças das variáveis “sexo” e “idade” no que diz respeito à insatisfação corporal. Também pretende estudar a relação entre a insatisfação corporal e a depressão.

As investigações consideram que a questão da insatisfação corporal tem um maior vínculo ao sexo feminino, contudo, a insatisfação no sexo masculino também tem vindo a aumentar, principalmente em adultos (Cash, 1997; Raudenbush & Zellner, 1997, citado em Green & Pritchard, 2003; Wilcox, 1997). Julga-se que a satisfação corporal das mulheres cresce à medida que elas envelhecem, porém, também se crê que a prioridade da magreza e da juventude nas mulheres poderá levar à insatisfação corporal, com a idade (Grogan, 2012; Liechty, 2012). Os estudos com mulheres também afirmam que a insatisfação corporal se mantém estável durante a vida e que não diminui com a idade (Tiggemann, 2004; Webster & Tiggemann, 2003).

Geralmente os homens apresentam menores níveis de insatisfação corporal, em relação aos níveis das mulheres (McCabe & Ricciardelli, 2004). Ao longo do envelhecimento, há dados que apontam para o facto dos homens tanto se poderem sentir tão satisfeitos comparativamente às mulheres no que diz respeito à aparência, como menos satisfeitos (Grogan, 2012; Kaminski & Hayslip, 2006).

Na literatura há estudos que consideram que: a) os jovens têm maiores níveis de insatisfação corporal do que os idosos; b) os idosos sentem menos satisfação comparativamente aos jovens e c) os níveis de satisfação são semelhantes nas duas faixas etárias (Grogan, 2012; Peat et al., 2011).

Com o envelhecimento, tanto as mulheres como os homens tendem a atribuir menos importância à aparência física, tamanho do corpo e peso (Grogan, 2012; Liechty, 2012; Peat et al., 2011; Tiggemann, 2004).

Assim, com base na literatura científica, foram construídas as seguintes hipóteses de investigação:

H1: As mulheres apresentam uma maior insatisfação corporal do que os homens.

H2: Depressão e insatisfação corporal estão positivamente correlacionadas.

H3: As jovens adultas apresentam um maior nível de insatisfação corporal relativamente às mulheres idosas.

H4: Os jovens adultos apresentam um maior nível de insatisfação corporal relativamente aos homens idosos.

2. Metodologia

2.1 Participantes

Neste estudo participaram voluntariamente 113 indivíduos, porém, o *N* final da amostra foi de 94 (75,5 % do sexo feminino e 24,5 % do sexo masculino), tendo os sujeitos idades compreendidas entre os 18 e os 92 anos ($M = 46,68$; $DP = 26,68$), devido a critérios de exclusão, à frente explicitados. Relativamente ao sexo feminino, das 71 participantes, 43 são jovens adultas e 28 são idosas; no sexo masculino, dos 23 participantes, 5 são jovens adultos e 18 são idosos.

No que diz respeito ao local de residência dos sujeitos, 60,6% vive no litoral e 39,4% no interior.

Quanto ao estado civil dos participantes, 51,1% são solteiros, 31,9% são casados, 12,8% são viúvos, 3,2% são divorciados e 1,1% estão em união de facto.

Relativamente ao nível de instrução da amostra, 46,8% tem o ensino universitário ou equivalente, 22,3% tem o ensino médio ou técnico superior, 16% tem o ensino primário completo, 12,8% tem o ensino médio ou técnico inferior e 2,1% tem o ensino primário incompleto ou nulo.

O peso dos participantes vai desde os 43 aos 94 kg ($M = 65,51$; $DP = 11,18$) sendo a sua altura mínima de 1,45 metros e a máxima de 1,84 metros ($M = 1,63$; $DP = ,08$). Assim, o IMC da amostra compreende-se entre o valor de 16,53 e o valor de 38,05 ($M = 24,54$; $DP = 4,13$).

A amostra foi constituída por estudantes universitários, pessoas que

frequentavam uma Universidade Sénior e, por último, conhecidos da investigadora. A seleção da amostra foi realizada por conveniência, onde se valorizou a disponibilidade e a acessibilidade dos participantes. Os critérios de elegibilidade para entrar no estudo foram ser português, pois a insatisfação corporal tem em conta as influências socioculturais, e situar-se num dos dois grupos etários definidos: jovem adulto (18-29 anos) e idoso (+65 anos), pois são faixas etárias relevantes a estudar, conforme enunciado na introdução.

Foram rejeitados os questionários de participantes que não possuíam nacionalidade portuguesa, que não se encontravam dentro das faixas etárias definidas para o estudo e que não preenchessem o questionário completamente. Assim, foram eliminados 19 sujeitos da base de dados.

A amostra relativa aos jovens adultos foi recolhida em duas aulas da FPCEUP e junto de conhecidos, e a amostra que disse respeito aos idosos foi recolhida numa Universidade Sénior e próxima de conhecidos.

2.2 Instrumentos

Questionário dos dados biográficos do participante:

Criou-se um questionário de dados demográficos, para a presente investigação, onde foram solicitados ao participante dados como o sexo, a idade, o peso, a altura, o nível de instrução e o estado civil.

Inventário de Avaliação Clínica da Depressão - IACLIDE (Vaz-Serra, 1994):

O IACLIDE é um instrumento português, de auto-avaliação, que mede a intensidade de um estado clínico depressivo (Vaz-Serra, 1994). Foi criado com uma amostra de 340 pessoas e tem uma boa consistência interna (*Spearman-Brown Coefficient* de .920) (Oliveira, 2013; Vaz-Serra, 1994).

É formado por 23 perguntas numa escala de Likert, que se referem a quatro tipos de distúrbios: biológicos (explicados pela relação que o indivíduo estabelece com o seu corpo), cognitivos (percebidos pela maneira como o indivíduo lida consigo mesmo

como pessoa); interpessoais (percebidos pela relação que o indivíduo estabelece com os outros) e de desempenho de tarefa (explicados pela maneira como o indivíduo se relaciona com o trabalho (Oliveira, 2013).

Cada questão tem cinco hipóteses de resposta, em que a cotação varia entre 0, que se traduz na ausência de perturbação e 4, que corresponde à severidade máxima (Costa, 2016).

Este inventário foi construído com a suposição de que a gravidade da depressão varia de acordo com os sintomas assinalados e a sua intensidade (Vaz-Serra, 1994).

O ponto de corte do instrumento corresponde à pontuação de 20 e o inventário classifica a Depressão em leve, moderada ou severa (Oliveira, 2013). O ponto de corte para depressões leves encontra-se entre 20 e 34, para as moderadas entre 35 e 52 e para as severas o resultado deve ser igual ou maior que 53. Normalmente, numa depressão leve o indivíduo tem dificuldades no seu trabalho e atividades, mas continua a efetuá-las. Na depressão moderada, o indivíduo tem uma dificuldade notável em continuar as suas atividades. Na depressão severa, o indivíduo sente-se incapaz de fazer quer atividades sociais, domésticas ou relativas ao trabalho.

Contour Drawing Rating Scale (Thompson, M. A., & Gray, J. J., 1995):

Os desenhos de silhuetas são instrumentos populares para medir a insatisfação corporal (Thompson, 1990, citado em Thompson, M. A., & Gray, J. J., 1995). Investigadores sugerem que são uma ferramenta eficaz no que diz respeito a determinar o corpo que o sujeito percebe e o corpo que ele gostaria de ter (Thompson & Gray, 1995). O objetivo é que os indivíduos selecionem nas imagens o seu *eu* atual e o seu *eu* ideal e a diferença entre as respostas é usada como uma estimativa do grau de insatisfação corporal. Valores iguais a zero revelam satisfação com a imagem corporal; valores negativos (-8 a -1) revelam insatisfação com a imagem corporal, tendo como *eu* ideal uma figura menos volumosa; valores positivos (1 a 8) revelam satisfação com o corpo, sendo o *eu* ideal mais volumoso (Francisco, R., Narciso, I. & Alarcão, M., 2012).

A escala proposta por Thompson & Gray resultou em silhuetas mais detalhadas e sem as limitações de outras figuras que se usavam anteriormente, permitindo avaliações mais precisas. Esta escala procurou ser de rápida aplicação, com os desenhos

a poderem ser divididos na cintura, para uma correta percepção das partes superior e inferior do corpo. Assim, foram desenhadas nove figuras masculinas e nove femininas, ordenadas da menos para a mais volumosa, vistas de frente, com tamanhos graduados e com as características da cara e do corpo claramente definidas.

Na escala original, a fiabilidade teste-reteste relativa a uma pequena amostra de jovens adultos foi de $r = .78$ e a validade de construto foi “considerada através das correlações da figura representativa da imagem corporal atual com o peso ($r = .71$) e com o índice de massa corporal ($r = .59$)” (Francisco et al., 2012, p. 65).

A escala já foi validada para a população portuguesa, para estudantes universitários de ambos os sexos, abrangendo as idades dos 17 aos 56 anos, e revelou bons resultados psicométricos, sendo uma “medida adequada da percepção e satisfação com a imagem corporal na população em geral” (Francisco et al., 2012, p. 62).

2.3 Procedimento

Foram contactados telefonicamente e via e-mail Ginásios, Associações Culturais, Centros Comerciais e Universidades Sénior, com o objetivo de dar a conhecer o presente estudo e de apresentar a necessidade em constituir amostra. Dos contactados, somente uma Universidade Sénior foi receptiva à investigação, tendo a recolha de dados sido feita nessa instituição, em duas aulas da FPCEUP e em locais de conveniência, junto de conhecidos.

Houve momentos de aplicação em grupo, como por exemplo em aulas e em grupos de idosos, e momentos de aplicação individual. Na faixa etária dos idosos foi em alguns casos necessário o auxílio da investigadora no preenchimento do questionário, que leu e selecionou as opções dadas pelos participantes.

Todos os indivíduos responderam às mesmas tarefas e pela mesma ordem. Para iniciar a aplicação do questionário, foi facultado aos participantes o consentimento informado para participação na investigação, que contém uma explicação do estudo em causa e onde é assegurada a garantia da confidencialidade dos dados. Seguidamente foi solicitado o preenchimento dos dados biográficos do participante. Após esse preenchimento foi avaliada a depressão, com o Inventário de Avaliação Clínica da Depressão (IACLIDE) (Vaz-Serra, 1994). Em último lugar foi medida a insatisfação

corporal, com a ferramenta Contour Drawing Rating Scale (CDRS) (Thompson & Gray, 1995). Assim, o questionário possui no total 10 páginas.

No final da administração do questionário agradeceu-se a disponibilidade e a cooperação dos participantes.

III – RESULTADOS

1. Análise de dados

Os procedimentos estatísticos foram realizados com recurso ao programa IBM SPSS *Statistics (Statistical Package for Social Sciences* – versão 24) tendo-se efetuado as análises que possibilitaram responder ao objetivo e hipóteses do estudo, assim como procedimentos adicionais. O nível de significância adotado foi de 5% ($p \leq 0,05$). As análises relativas à variável insatisfação corporal consideraram os valores desta em módulo. Recorreu-se à estatística descritiva para obter a caracterização dos participantes e das variáveis sociodemográficas e psicológicas em estudo.

Foram utilizados testes t de Student para amostras independentes de forma a comparar: a) a insatisfação corporal em função da faixa etária e do sexo; b) a depressão em função da faixa etária e do sexo; c) a depressão e os seus fatores (medidos no IACLIDE) em função da faixa etária e comparar o IMC em função da faixa etária.

As associações entre o IMC e a insatisfação corporal; entre a depressão e a insatisfação corporal; entre o nível de depressão e a insatisfação corporal; e, por último, entre o nível de depressão e o IMC foram realizadas com recurso ao coeficiente de correlação de Pearson.

2. Apresentação de resultados

2.1 Caracterização da frequência da depressão na amostra

Caracterizando a frequência da depressão na amostra deste estudo ($N = 94$), 91,49% (86 sujeitos) não apresentam depressão, 7,45% (7 sujeitos) apresentam depressão leve e 1,06% (1 sujeito) apresenta depressão moderada.

2.2 Caracterização da frequência da insatisfação corporal na amostra

Na presente amostra ($N = 94$), cerca de 70,2% dos participantes (66 sujeitos) apresentam insatisfação corporal. Dentro do grupo dos sujeitos que apresentam

insatisfação, 58,5% (55 sujeitos) consideram ter uma imagem corporal maior do que a desejada e 11,7% (11 sujeitos) julgam possuir uma imagem corporal menor do que a desejada. Uma percentagem de 29,8% participantes (28 sujeitos) está satisfeita com a sua imagem corporal, não idealizando para si uma figura mais volumosa nem menos volumosa.

2.3 Análise descritiva da insatisfação corporal por sexo e por faixa etária

A insatisfação corporal, que varia entre os valores em módulo de 0 a 8, nas jovens adultas ($N = 43$) tem como valor mínimo 0 e máximo 3 ($M = 1.09$; $DP = 0.81$); nas idosas ($N = 28$) tem como valor mínimo 0 e máximo 6 ($M = 2.07$; $DP = 1.80$); nos jovens adultos ($N = 5$) tem como valor mínimo 0 e máximo 3 ($M = 1.40$; $DP = 1.14$); por fim, nos idosos ($N = 18$) tem como valor mínimo 0 e máximo 5 ($M = 1.11$; $DP = 1.45$).

2.4 Imagem corporal atual em relação à imagem corporal ideal

Na totalidade da população feminina da amostra, 64,79% das participantes, ou seja, 46 mulheres, apresentam uma imagem corporal atual maior do que a sua imagem corporal ideal. Seguidamente, com 25,35%, estão as 18 participantes do sexo feminino que estão satisfeitas com o seu corpo, ou seja, a sua imagem corporal atual e ideal coincidem. Por fim, na generalidade da população feminina, 9,86%, 7 mulheres, relatam possuir uma imagem corporal menor do que a imagem que idealizam.

Já na população masculina total, 43,48%, 10 dos inquiridos, estão satisfeitos com a sua imagem corporal atual. De seguida, 39,13%, 9 homens, consideram a sua aparência física maior do que a aparência que têm como ideal. Por fim, 17,39%, 4 homens, relatam possuir uma imagem corporal atual menor do que a sua imagem ideal.

No que diz respeito à imagem corporal atual em relação à imagem corporal ideal das jovens adultas, 58,14%, 25 das participantes, afirmam ter uma imagem corporal atual maior do que a sua imagem ideal. Depois, com 25,58%, estão 11 mulheres que se consideram satisfeitas com a sua imagem corporal atual. Por fim, 16,28%, 7

participantes, consideram a sua imagem corporal atual menor do que a sua imagem ideal.

No que diz respeito às participantes idosas, 75%, 21 mulheres, relatam que a sua imagem corporal atual é maior do que a imagem que consideram ideal e 25%, 7 idosas, estão satisfeitas com a sua aparência.

Quanto aos jovens adultos, 40%, 2 dos jovens, afirmam possuir uma imagem corporal menor do que a que consideram ideal, da mesma forma, 40%, 2 dos jovens adultos, consideram que a sua imagem corporal é menor do que a sua imagem corporal ideal. Finalmente, 20%, 1 jovem adulto, está satisfeito com a sua aparência.

Por último, no que diz respeito aos idosos, 50%, 9 homens, estão satisfeitos com a sua forma física, 38,89%, 7 idosos, consideram ter uma aparência maior do que a que consideram ideal e 11,11%, 2 idosos, relatam ter um corpo menor do que o desejado.

2.5 Análise da insatisfação corporal em função da faixa etária e do sexo

Foi utilizado um teste t para amostras independentes com o objetivo de analisar a insatisfação corporal em função da faixa etária. O teste t obteve resultados significativos, revelando uma maior insatisfação na faixa etária dos idosos ($M = 1,69$; $DP = 1,72$) em relação à faixa etária dos jovens adultos ($M = 1,12$; $DP = 0,84$), $t(64,65)=2,03$, $p=0,05$.¹

Realizando uma análise separada, com base na variável sexo, e seguidamente utilizando um teste t para amostras independentes, com vista a analisar novamente a insatisfação corporal em relação à faixa etária, o teste revelou diferenças significativas, apontando para uma maior insatisfação nas idosas ($M = 2,07$; $DP = 1,80$) relativamente às jovens adultas ($M = 1,09$; $DP = 0,81$), $t(34,19)=2,69$, $p=0,01$.² Estes resultados devem ser lidos com cautela pois a amostra é reduzida e a homogeneidade de variâncias não se encontra assumida. No sexo masculino, não houve diferenças estatisticamente significativas entre os jovens adultos ($M = 1,40$; $DP = 1,14$) e os idosos ($M = 1,11$; $DP = 1,45$), $t(21)=0,41$, $p=0,69$. (Ver gráfico 1).

Executando análises separadas com base na variável faixa etária e efetuando um

¹ Variante do teste t para amostras não homogêneas.

² Variante do teste t para amostras não homogêneas.

teste t para amostras independentes com o objetivo de analisar a insatisfação corporal em relação ao sexo, o teste não obteve diferenças significativas entre as jovens ($M = 1,09$; $DP = 0,81$) e os jovens adultos ($M = 1,40$; $DP = 1,14$), $t(46)=0,77$, $p=0,45$ e entre as idosas ($M = 2,07$; $DP = 1,80$) e os idosos ($M = 1,11$; $DP = 1,45$), $t(44)=1,89$, $p=0,06$.

Fazendo um teste t para amostras independentes com o objetivo de analisar a insatisfação corporal em função do sexo, não foram detetadas diferenças significativas entre as mulheres ($M = 1,48$; $DP = 1,37$) e os homens ($M = 1,17$; $DP = 1,37$), $t(92)=0,93$, $p=0,36$.

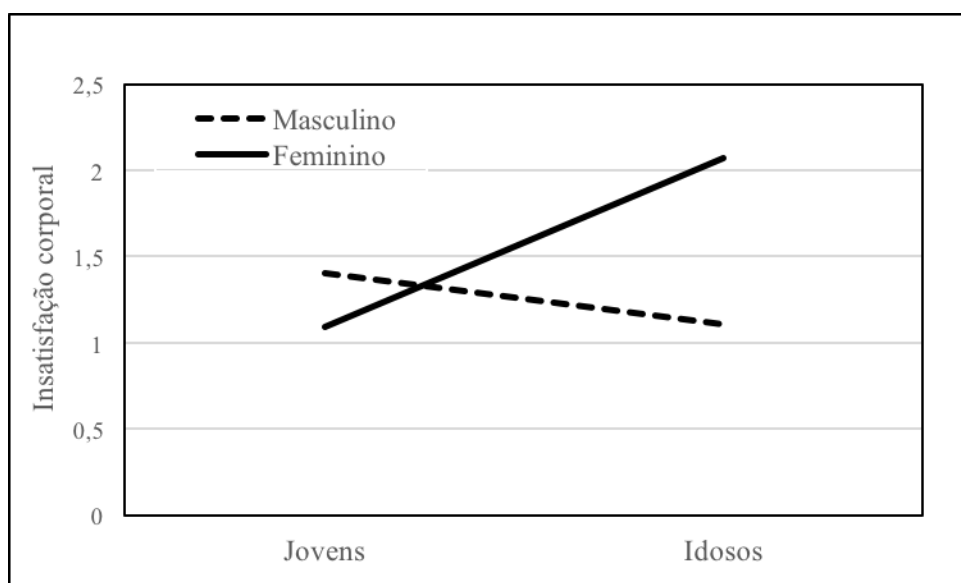


Gráfico 1: Insatisfação corporal, sexo e faixa etária

2.6 Análise da depressão em função da faixa etária e do sexo

Foi utilizado um teste t para amostras independentes com o objetivo de analisar a depressão em função da faixa etária. O teste t não obteve resultados significativos entre a faixa etária dos jovens adultos ($M = 9,62$; $DP = 6,50$) e a faixa etária dos idosos ($M = 8,00$; $DP = 8,80$), $t(92)=1,02$, $p=0,31$. Da mesma forma, o teste t para amostras independentes que analisou a depressão em função do sexo não obteve resultados significativos entre as mulheres ($M = 9,46$; $DP = 7,74$) e os homens ($M = 6,87$; $DP = 7,45$), $t(92)=1,41$, $p=0,16$.

2.7 Análise da depressão e dos seus fatores em função da faixa etária

De forma a analisar os scores da escala de depressão total e dos seus fatores em função da faixa etária, utilizou-se um teste t para amostras independentes. O fator 4 do IACLIDE, que inclui os itens “desassossego interior”, “débito excessivo de queixas”, “dependência dos outros” e “afastamento social”, revelou diferenças estatisticamente significativas entre os jovens adultos ($M = 1,56$; $DP = 1,58$) e os idosos ($M = 0,80$; $DP = 1,38$), $t(92)=2,47$, $p=0,02$. Assim, os resultados do teste apontam para uma maior sintomatologia depressiva nos jovens adultos em relação aos idosos, no que diz respeito ao fator 4 do IACLIDE.

2.8 Análise do IMC em função da faixa etária

Foi utilizado um teste t para amostras independentes com o objetivo de analisar o IMC em função da faixa etária. O teste t obteve resultados significativos, revelando um maior IMC na faixa etária dos idosos ($M = 27,26$; $DP = 3,54$) em relação à faixa etária dos jovens adultos ($M = 21,94$; $DP = 2,76$), $t(92)=8,14$, $p=0,00$.

2.9 Análise da correlação do IMC com a insatisfação corporal

Para se analisar a correlação das variáveis IMC e insatisfação corporal procedeu-se à estimativa do coeficiente de correlação momento-produto de Pearson. Os resultados obtidos indicam que as duas variáveis estão significativamente correlacionadas, sendo a sua relação positiva e a magnitude moderada, $r(94) = .43$, $p < .001$.

2.10 Análise da correlação da depressão e da insatisfação corporal

Para se analisar a correlação das variáveis depressão e insatisfação corporal procedeu-se à estimativa do coeficiente de correlação momento-produto de Pearson. Os resultados obtidos indicam que as duas variáveis estão significativamente correlacionadas, sendo a sua relação positiva e a magnitude baixa $r(94) = .20$, $p < .005$.

2.11 Análise da correlação entre o nível de depressão e a insatisfação corporal

O nível de depressão da amostra (não apresentar depressão, apresentar depressão leve e depressão moderada) está positivamente correlacionado com a variável insatisfação corporal, tendo-se procedido à estimativa do coeficiente de correlação momento-produto de Pearson, que revelou que as variáveis estão significativamente correlacionadas, sendo a sua relação positiva e a magnitude baixa $r(94) = .27, p < .001$.

2.12 Análise da correlação entre o nível de depressão e o IMC

Para se analisar a correlação das variáveis nível de depressão (não apresentar depressão, apresentar depressão leve e depressão moderada) e IMC procedeu-se à estimativa do coeficiente de correlação momento-produto de Pearson. Os resultados obtidos indicam que as duas variáveis estão significativamente correlacionadas, sendo a sua relação positiva e a magnitude baixa $r(94) = .23, p < .005$.

IV – DISCUSSÃO

O objetivo principal deste estudo consistiu em comparar a insatisfação corporal em jovens adultos e idosos, no sexo feminino e masculino, dado que, conforme enunciado na introdução, existem poucos estudos na literatura que se foquem na população idosa e na população masculina e considera-se que os grupos etários definidos são relevantes de estudar. Um outro propósito desta investigação foi estudar a relação entre a insatisfação corporal e a depressão. Este estudo contém variadas limitações, que devem ser tidas em conta quando se interpretam os resultados.

Quanto às hipóteses de investigação, a primeira hipótese (**H1**) proposta foi de que as mulheres apresentariam um maior nível de insatisfação corporal do que os homens. Esta hipótese foi enunciada dado que na literatura se declara que, de forma geral, a insatisfação corporal masculina é menor do que a feminina e que nos testes de silhuetas é patente uma maior insatisfação corporal nas mulheres relativamente aos homens (McCabe & Ricciardelli, 2004; Tiggemann, 2004). Também se considera que as mulheres são mais pressionadas comparativamente aos homens para apresentar uma imagem corporal mais jovem e cuidada, inclusivamente à medida que envelhecem, sendo mais rigorosamente julgadas (Gaspar, 1999; Grogan, 2012; Tiggemann, 2004). Grogan, em 2012, enunciou que os homens se sentem mais satisfeitos do que as mulheres em relação à sua imagem corporal. Também se considera que as mulheres são as mais afectadas pela internalização do ideal de beleza magro, o que leva a uma imagem corporal negativa (Levine & Chapman, 2012). Esta hipótese não se confirmou, não indo os resultados ao encontro dos estudos retratados pela literatura. Não se encontraram diferenças significativas entre a insatisfação corporal das mulheres e dos homens, o que poderá indicar um aumento dos níveis da insatisfação corporal que dizem respeito ao sexo masculino (Cash, 1997; Raudenbush & Zellner, 1997, citado em Green & Pritchard, 2003; Wilcox, 1997). Acrescenta-se que a média da insatisfação corporal das idosas foi superior à dos idosos.

A segunda hipótese (**H2**) enunciava que a depressão e a insatisfação corporal estariam positivamente correlacionadas. O estudo de Richard e colaboradores, 2016, comprovou que a insatisfação com o peso está ligada à depressão, independentemente do sexo, idade e IMC. Possuir uma imagem corporal negativa está positivamente

correlacionada com a depressão (Brausch & Guterriez, 2009). Mulheres que consideravam que o seu corpo era maior do que a realidade, tinham uma maior probabilidade de sofrer de depressão do que as mulheres que julgavam o seu corpo com precisão, podendo a depressão ser relacionada com a insatisfação corporal (Harring et al., 2010). Esta hipótese foi confirmada no presente estudo, apresentando estas variáveis uma relação positiva e uma magnitude baixa, o que indica que parte da variação dos valores da depressão pode ser explicada pelos valores da insatisfação corporal e vice-versa.

A terceira hipótese (**H3**) explicitava que as jovens adultas apresentariam um maior nível de insatisfação corporal, em relação às mulheres idosas. Acreditava-se que as jovens adultas apresentariam maiores níveis de insatisfação corporal pois situam-se numa faixa etária bastante vulnerável às pressões sociais (Silva et al., 2014). Também se considera que as pressões dos *media* são mais duras para as jovens adultas comparativamente às idosas, o que poderia fomentar uma maior comparação social, e, consequentemente, uma maior insatisfação corporal (Tiggemann & Williamson, 2000). Adicionalmente, na literatura científica, considera-se que as mulheres vão adquirindo maior satisfação corporal à medida que envelhecem e que têm objetivos mais realistas em relação à sua forma física do que as jovens adultas, o que resultaria numa menor discrepância entre a sua imagem corporal atual e ideal, e, por conseguinte, numa menor insatisfação corporal por parte das idosas em relação às jovens adultas (Grogan, 2012). As idosas também apreciam mais a funcionalidade do seu corpo sobre a aparência, à medida que envelhecem (Liechty, 2012). Tal hipótese não foi confirmada, pelo contrário, verificou-se, com resultados estatisticamente significativos, que são as idosas que apresentam um maior nível de insatisfação corporal comparativamente às jovens adultas. As idosas apresentaram uma maior discrepância relativamente às jovens adultas entre a sua imagem corporal atual e ideal, variando entre os valores em módulo de 0 a 6, enquanto que os valores das jovens adultas variam entre 0 e 3. Estes resultados podem ser explicados à luz da teoria da comparação social, que nos indica que o aumento do peso à medida que se envelhece faz com que os indivíduos se afastem do seu ideal de beleza, o que resulta numa maior insatisfação corporal na velhice (Liechty, 2012). Adicionalmente, sendo a beleza associada à magreza e à juventude, as idosas podem-se sentir desafiadas no que diz respeito a manter uma imagem positiva de si (Hurd, 2000).

Os resultados vão no sentido de uma maior insatisfação por parte das idosas em relação às jovens adultas, porém, a literatura científica considera que as consequências da insatisfação corporal das idosas diferem das consequências da insatisfação das jovens adultas, visto que as idosas se preocupam menos com a sua aparência (Liechty, 2012). Também se verificou que a insatisfação corporal não se mantém estável ao longo da vida, indicador que contraria os dados existentes na literatura (Tiggemann, 2004).

A quarta hipótese (**H4**) expunha que os jovens adultos apresentariam um maior nível de insatisfação corporal em relação aos idosos. De forma semelhante às jovens adultas, os jovens adultos situam-se numa faixa etária vulnerável às pressões da sociedade, valorizando os pares, comparando-se às imagens veiculadas pelos *media* e tendo ideais físicos de musculatura, frequentemente difíceis de atingir (Silva et al., 2014). Há dados que comprovam que à medida que se envelhece as pessoas vão dando menos importância ao seu aspeto físico e mais importância à funcionalidade do seu corpo, sendo este outro motivo para a explicitação da hipótese de que os jovens seriam os mais insatisfeitos (Liechty, 2012; Tiggemann, 2004). O estudo de Peat et al., 2011, que comparou jovens universitários e idosos, revelou que os universitários eram mais insatisfeitos do que os idosos, mesmo possuindo um IMC menor. Esta hipótese de investigação não se confirmou, não se encontraram diferenças estatisticamente significativas entre as duas faixas etárias, o que poderá indicar que os idosos estão a ter mais preocupações relativas à sua imagem corporal ou, por outro lado, poderão estar a comparar a sua aparência atual à aparência que tinham quando eram mais novos, havendo uma maior discrepância entre a forma física atual e a de quando eram jovens, o que resulta em insatisfação (Grogan, 2012). Os jovens adultos apresentaram uma média de insatisfação superior à dos idosos, porém, como a amostra de jovens adultos é bastante inferior à dos homens idosos, é necessária cautela na interpretação e generalização dos resultados.

Quanto à depressão, não se encontraram diferenças significativas entre os valores de depressão no sexo feminino e no sexo masculino e entre os jovens adultos e os idosos. Porém, os jovens adultos apresentaram uma média de depressão superior à dos idosos, podendo este dado ser explicado por se encontrarem numa nova fase da sua vida que pode acarretar uma crise identitária, que é um fator de risco associado à depressão (Rubio, 2002). Além disto, acredita-se que o contexto universitário possa

e elevar a ansiedade dos indivíduos (Costa & Vasconcelos, 2010; Sepulveda et al., 2008). Adicionalmente, as mulheres apresentaram maiores valores de depressão em relação aos homens, dado concordante com a literatura científica, que nos indica que as mulheres têm o dobro da probabilidade de apresentar depressão comparativamente aos homens (Addis & Hoffman, 2017). Este dado não significa que os homens não sofram deste transtorno, mas que o estigma que possuem em relação à patologia leva à dificuldade em reconhecer o sofrimento emocional e a pedir ajuda. O estudo de Sendra-Gutiérrez et al., 2017, que comparou diferenças no grau de depressão em idosos, revelou que as mulheres apresentavam uma maior frequência desta patologia devido ao nível educativo, à doença crónica e ao apoio social. Uma investigação também revelou que em mulheres e homens com excesso de peso, em que ambos possuíam uma perceção correta do seu corpo, as mulheres tinham uma maior probabilidade de sofrer de depressão comparativamente aos homens (Harring et al., 2010).

Em relação ao teste t que analisou o IMC entre jovens adultos e idosos, verificaram-se resultados estatisticamente significativos, no sentido de um maior IMC por parte dos idosos. Adicionalmente, o coeficiente de correlação momento-produto de Pearson, que testou a correlação entre as variáveis IMC e insatisfação corporal revelou que as duas variáveis estavam significativamente correlacionadas, observando-se uma relação positiva e uma magnitude moderada. Na literatura é relatada uma relação linear entre o IMC e a insatisfação corporal nas mulheres, sentindo-se estas mais insatisfeitas quando o valor do seu IMC aumenta (Muth & Cash, 1997). Relativamente aos homens, os indivíduos que possuem um baixo ou um alto IMC sentem-se mais insatisfeitos do que os homens que apresentam um IMC com valores médios (Frederick, Forbes, Grigorian & Jarcho, 2007). Os homens magros, em oposição às mulheres magras, desviam-se do ideal corporal ocidental, o que leva à insatisfação corporal (MacNeil, Best & Davis, 2017). A literatura indica que aproximadamente, 50% dos homens desejam perder e 50% desejam ganhar peso (McCabe & Ricciardelli, 2004).

Observou-se um aspeto interessante na recolha de dados: apesar das respostas do IACLIDE serem de resposta múltipla, observou-se a necessidade de os idosos falarem, de justificarem oralmente a sua escolha, relatando as suas trajetórias de vida, o que pode alertar para um sentimento de solidão e para a necessidade de serem ouvidos. De forma a colmatar alguns dos efeitos negativos que ocorrem na velhice, é importante referir que

idosos que frequentam Universidades Sénior revelam melhorias na área pessoal, afetiva e social, podendo sentir-se mais valorizados, respeitados e obtêm ganhos na educação, que levam a uma maior autoconfiança, autoeficácia e a um sentido de pertença, onde reconstróem a sua identidade (Cachioni, 1998; Irigaray & Schneider, 2007). Criar laços de amizade, contribuindo para a menor expressão da solidão e da depressão, são efeitos benéficos da frequência nestas Universidades. Além disso, a educação ao longo da vida é preditora de um bom envelhecimento (Irigaray & Schneider, 2007).

Este estudo apresenta como pontos positivos o estudo de jovens adultos e idosos de ambos os sexos, mas principalmente a investigação da população masculina e da população idosa, pois são populações pouco estudadas na literatura, principalmente em Portugal, e que deveriam ser mais investigadas dado que esta temática é tão atual e presente na sociedade contemporânea.

De forma semelhante a muitas investigações, este estudo aponta como limitação o tamanho reduzido da amostra, principalmente a amostra relativa aos jovens adultos do sexo masculino, que é bastante discrepante da amostra que diz respeito às jovens adultas do sexo feminino. A quantidade de participantes do sexo feminino totais, para os participantes do sexo masculino totais, também é desproporcional. Assim, a amostra pode não ser representativa, não permitindo a generalização dos resultados às populações em estudo. Todos os participantes são portugueses, o que não permite a generalização dos dados obtidos a outras nacionalidades. Adicionalmente, a amostra foi de conveniência, pois os participantes foram selecionados pela sua disponibilidade e acessibilidade e não tendo em conta critérios estatísticos, o que não permite fazer afirmações com rigor estatístico. A utilização de instrumentos de autorrelato pode ser considerada uma limitação, visto que estes são instrumentos onde os sujeitos podem exagerar os seus sintomas como podem também ocultar a severidade dos mesmos. Adicionalmente, as respostas dadas pelos participantes oralmente, quando a investigadora prestou auxílio no preenchimento do questionário, podem transmitir alguma desejabilidade social.

Investigações futuras poderão incidir sobre a análise entre a qualidade de vida, a insatisfação corporal e a depressão, a análise entre a autoestima, a insatisfação corporal e a depressão, a análise entre o autoconceito, a insatisfação corporal e a depressão, e, por último, a análise entre o nível socioeconómico, a insatisfação corporal e a

depressão. Os estudos futuros deverão incidir e aprofundar mais os aspetos relativos à população masculina, dado possuir um menor volume de publicações comparativamente à população feminina.

V – CONCLUSÕES GERAIS

Este estudo tratou-se de um estudo descritivo-correlacional, com uma amostra não-clínica de jovens adultos e idosos e que teve o objetivo de analisar as diferenças relativas ao sexo e à faixa etária em relação à insatisfação corporal, estudando a ligação entre esta e a depressão.

Nesta investigação, 55 dos 94 sujeitos da amostra apresentaram insatisfação corporal, desejando possuir uma imagem menos volumosa comparativamente à sua imagem atual. Este facto pode-se dever à pressão exercida pelos *media*, pela família e pelos pares para a pessoa ter um “corpo perfeito”, um corpo que vá ao encontro dos ideais da sociedade, que são irrealistas e que podem levar as pessoas a desenvolver uma baixa autoestima e insatisfação corporal (Dye, 2016). É necessário desmistificar as “imagens perfeitas” que os meios de comunicação usam e seria benéfico que os *media* utilizassem fotografias mais realistas, que fossem mais ao encontro da imagem da “mulher comum”, de forma à comparação social não ser tão forte e não haver tanta discrepância entre as imagens retratadas pelos meios de comunicação social e as restantes mulheres e não haver tanta insatisfação corporal (Bessenoff & Priore, 2007; Jasper, 1993, citado em Correia et al., 2006, p. 35). Também poderia ser uma mais-valia fazer ações de sensibilização acerca desta problemática, junto da população, passando a intervenção desde as crianças até aos idosos. Importa lembrar que várias consequências negativas advêm de possuir uma imagem corporal negativa, tais como a redução do nível de autoestima (Johnson & Wardle, 2005; Smolak, 2004), desenvolvimento de perturbações alimentares (Lee, 2013; Tiggemann, 2012) e tendência para desenvolver depressão (Lee, 2013; Maxwell & Cole, 2012). Em qualquer faixa etária da população salienta-se a importância do diagnóstico precoce e do tratamento adequado da depressão como parte dos cuidados primários de saúde (Lopez et al., 2011).

VI - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, P. J., Katz, R. C., Beauchamp, K., Cohen, E., & Zavis, D. (1993). Body Dissatisfaction, Eating Disorders, and Depression: A Developmental Perspective. *Journal of Child & Family Studies*, 2(1), 37-46.
- Addis, M. E., & Hoffman, E. (2017). Men's depression and help-seeking through the lenses of gender. In *The psychology of men and masculinities*. (pp. 171–196). Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/0000023-007.
- Afonso, C. (1999). *Saúde, actividade física e peso corporal: contributo para o seu conhecimento numa amostra da população adulta Portuguesa*. (Dissertação de mestrado). Universidade do Porto, Portugal.
- Allaz, A. F., Bernstein, M., Rouget, P., Archinard, M., & Morabia, A. (1998). Body weight preoccupation in middle-age and ageing women: a general population survey. *The International Journal Of Eating Disorders*, 23(3), 287–294.
- Al Sabbah, H., Vereecken, C. A., Elgar, F. J., Nansel, T., Aasvee, K., Abdeen, Z., ... Maes, L. (2009). Body weight dissatisfaction and communication with parents among adolescents in 24 countries: international cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 9, 52. doi:10.1186/1471-2458-9-52.
- Arbour, K. P., & Martin Ginis, K. A. (2006). Effects of exposure to muscular and hypermuscular media images on young men's muscularity dissatisfaction and body dissatisfaction. *Body Image*, 3(2), 153–161.
- Banfield, S. S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37(146), 373-393.
- Beekman, A. T., Penninx, B. W. J., Deeg, D. J., Ormel, J., Braam, A., & van Tilburg, W. (1997). Depression and physical health in later life: results from the Longitudinal Aging Study Amsterdam (LASA). *Journal of Affective Disorders*, 46(3), 219–231. doi:10.1016/s0165-0327(97)00145-6.
- Bessenoff, G. R., & Del Priore, R. E. (2007). Women, Weight, and Age: Social Comparison to Magazine Images Across the Lifespan. *Sex Roles*, 56(3/4), 215-222. doi:10.1007/s11199-006-9164-2.

- Brausch, A. M., & Gutierrez, P. M. (2009). The role of body image and disordered eating as risk factors for depression and suicidal ideation in adolescents. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 39(1), 58–71. doi:10.1521/suli.2009.39.1.58.
- Brausch, A. M., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Body image and suicidal ideation in adolescents. *Body Image*, 4(2), 207–212.
- Cachioni, M. (1998). *Envelhecimento bem-sucedido e a participação numa universidade para a terceira idade: a experiência dos alunos da Universidade São Francisco*. (Dissertação de mestrado). Campinas: Universidade Estadual de Campinas.
- Cash, T. F., & Green, G. K. (1986). Body Weight and Body Image Among College Women: Perception, Cognition, and Affect. *Journal of Personality Assessment*, 50(2), 290.
- Cash, T. F., & Henry, P. E. (1995). Women's Body Images: The Results of a National Survey in the U.S.A. *Sex Roles*, 33(1–2), 19–28.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2012). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2.nd ed.). New York, NY: Guilford Press. ISBN 9781462509584.
- Chrisler, J. C., & Ghiz, L. (1993). Body Image Issues of Older Women. *Women & Therapy*, 14(1/2), 67–75.
- Cohen, D. L., & Petrie, T. A. (2005). An Examination of Psychosocial Correlates of Disordered Eating among Undergraduate Women. *Sex Roles*, 52(1–2), 29–42. doi:10.1007/s11199-005-1191-x.
- Cohen, R., & Blaszczynski, A. (2015). Comparative effects of Facebook and conventional media on body image dissatisfaction. *Journal Of Eating Disorders*, 3(1), 1-11. doi:10.1186/s40337-015-0061-3.
- Correia, F., Pinhão, S., Poínhos, R., Oliveira, B., Almeida, M., Medina, J. & Galvão-Teles, A. (2006). Body image perception in Portuguese obese adults. *Obesity and Metabolism*, 2(1), 28-36.
- Costa, D. (2016). *A Interferência da Emoção na Memória Operatória: Efeitos Cognitivos da Depressão e da Ruminação*. (Dissertação de mestrado). Universidade do Porto, Portugal.

- Costa, L. da C. F., & de Vasconcelos, F. de A. G. (2010). Influence of socioeconomic, behavioral and nutritional factors on dissatisfaction with body image among female university students in Florianopolis, SC. *Revista Brasileira De Epidemiologia*, 13(4), 665–676.
- Curtis, C., & Loomans, C. (2014). Friends, family, and their influence on body image dissatisfaction. *Women's Studies Journal*, 28(2), 39-56.
- Deeks, A. A., & McCabe, M. P. (2001). Menopausal Stage and Age and Perceptions of Body Image. *Psychology & Health*, 16(3), 367.
- Djernes, J. K. (2006). Prevalence and predictors of depression in populations of elderly: a review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113(5), 372–387. doi:10.1111/j.1600-0447.2006.00770.x.
- Dye, H. (2016). Does Internalizing Society and Media Messages Cause Body Dissatisfaction, in Turn Causing Disordered Eating?. *Journal Of Evidence Informed Social Work*, 13(2), 217-227. doi:10.1080/23761407.2015.1024572.
- Fallon, A. E., & Rozin, P. (1985). Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal Of Abnormal Psychology*, 94(1), 102–105.
- Ferraro, F. R., Muehlenkamp, J. J., Paintner, A., Wasson, K., Hager, T., & Hoverson, F. (2008). Aging, Body Image, and Body Shape. *Journal of General Psychology*, 135(4), 379–392.
- Ferreiro, F., Seoane, G. & Senra, C. (2014). Toward understanding the role of body dissatisfaction in the gender differences in depressive symptoms and disordered eating: A longitudinal study during adolescence. *Journal of Adolescence*, 37(1), 73–84. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.10.013>.
- Fey-Yensan, N., McCormick, L., & English, C. (2002). Body Image and weight Preoccupation in Older Women: A review. *Healthy Weight Journal*, 16(5), 68.
- Fonseca, A., Coutinho, M., & Azevedo, R. (2008). Representações sociais da depressão em jovens universitários com e sem sintomas para desenvolver a depressão. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(3), 492–498. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722008000300018>.
- Forbes, G., Adams-Curtis, L., Jobe, R., White, K., Revak, J., Zivcic-Becirevic, I., & Pokrajac-Bulian, A. (2005). Body Dissatisfaction in College Women and Their Mothers: Cohort Effects, Developmental Effects, and the Influences of Body

- Size, Sexism, and the Thin Body Ideal. *Sex Roles*, 53(3-4), 281-298. doi:10.1007/s11199-005-5686-2.
- Francisco, R., Narciso, I., & Alarcão, M. (2012). (In)Satisfação com a imagem corporal em adolescentes e adultos portugueses: Contributo para o processo de validação da Contour Drawing Rating Scale. *Revista Iberoamericana De Diagnóstico Y Evaluación Psicológica*, 34(1), 61-88.
- Frederick, D. A., Forbes, G. B., Grigorian, K. E., & Jarcho, J. M. (2007). The UCLA Body Project I: Gender and Ethnic Differences in Self-Objectification and Body Satisfaction Among 2,206 Undergraduates. *Sex Roles*, 57(5-6), 317-327. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9251-z>.
- Garner, D. M. (1997). The 1997 Body Image Survey results. *Psychology Today*, 30(1), 30.
- Gaspar, N. (1999). *Estudo da Imagem Corporal na Adolescência*. (Dissertação de Mestrado). Universidade de Coimbra, Portugal.
- Graziano, M., & Sikorski, J. F. (2014). Levels of Disordered Eating: Depression, Perfectionism, and Body Dissatisfaction. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(3), 119-128.
- Green, S. P. & Pritchard, M. E. (2003). Predictors Of Body Image Dissatisfaction In Adult Men And Women. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 31(3), 215-222.
- Grogan, S. (2012) Body Image Development in Adulthood. In Cash, F. & Smolak, L. (Eds), *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (pp 12-19). New York: The Guilford Press.
- Halmi, K. A., Falk, J. R., & Schwartz, E. (1981). Binge-eating and vomiting: a survey of a college population. *Psychological Medicine*, 11(4), 697-706.
- Harring, H. A., Montgomery, K., & Hardin, J. (2010). Perceptions of Body Weight, Weight Management Strategies, and Depressive Symptoms Among US College Students. *Journal of American College Health*, 59(1), 43-50.
- Heidrich, S. M., & Ryff, C. D. (1993). The role of social comparisons processes in the psychological adaptation of elderly adults. *Journal Of Gerontology*, 48(3), 127-136.
- Hurd, L. C. (2000). Older Women's Body Image and Embodied Experience: An

- Exploration. *Journal of Women & Aging*, 12(3/4), 77.
- Irigaray, T. Q., & Schneider, R. H. (2007). Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade. *Revista de Psiquiatria Do Rio Grande Do Sul*, 29(1), 19–27. doi:10.1590/S0101-81082007000100008.
- Jackson, K. L., Janssen, I., Appelhans, B. M., Kazlauskaitė, R., Karavolos, K., Dugan, S. A., ... Kravitz, H. M. (2014). Body image satisfaction and depression in midlife women: the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Archives Of Women's Mental Health*, 17(3), 177–187. <https://doi.org/10.1007/s00737-014-0416-9>.
- Javier, S. J., & Belgrave, F. Z. (2015). An Examination of Influences on Body Dissatisfaction Among Asian American College Females: Do Family, Media, or Peers Play a Role?. *Journal Of American College Health: J Of ACH*, 63(8), 579–583. doi:10.1080/07448481.2015.1031240.
- Johnson, F., & Wardle, J. (2005). Dietary Restraint, Body Dissatisfaction, and Psychological Distress: A Prospective Analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(1), 119–125. doi:10.1037/0021-843X.114.1.119.
- Jones, D. (2012) Interpersonal and Familial Influences on the Development of Body Image. In Cash, F. & Smolak, L. (Eds), *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (pp 110-118). New York: The Guilford Press.
- Juarascio, A. S., Perone, J., & Timko, C. A. (2011). Moderators of the relationship between body image dissatisfaction and disordered eating. *Eating Disorders*, 19(4), 346-354. doi:10.1080/10640266.2011.584811.
- Kaminski, P. L., & Hayslip, B., Jr. (2006). Gender differences in body esteem among older adults. *Journal Of Women & Aging*, 18(3), 19–35.
- Karazsia, B. T., Murnen, S. K., & Tylka, T. L. (2016). Is Body Dissatisfaction Changing Across Time? A Cross-Temporal Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, 143(3):293-320. doi: 10.1037/bul0000081.
- Kilmartin, C. (2005). Depression in men: communication, diagnosis and therapy. *The Journal of Men's Health & Gender*, 2(1), 95–99. doi:10.1016/j.jmhg.2004.10.010.

- Lee, K. (2013). Engaging in peer conversation about slimming predicts body dissatisfaction in Chinese college women: A study in Hong Kong. *Social Influence*, 8(1), 1-17. doi:10.1080/15534510.2012.675745.
- Leit, R. A., Pope, H. G., Jr, & Gray, J. J. (2001). Cultural expectations of muscularity in men: the evolution of playgirl centerfolds. *The International Journal Of Eating Disorders*, 29(1), 90-93.
- Levine, M. & Chapman, K. (2012) Media Influences on Body Image. In Cash, F. & Smolak, L. (Eds), *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (pp 101-109). New York: The Guilford Press.
- Lewis, D. M., & Cachelin, F. M. (2001). Body Image, Body Dissatisfaction, and Eating Attitudes in Midlife and Elderly Women. *Eating Disorders*, 9(1), 29-39.
- Liechty, T. (2012). “Yes, I worry about my weight ... but for the most part I'm content with my body”: Older Women's Body Dissatisfaction Alongside Contentment. *Journal of Women & Aging*, 24(1), 70-88. doi:10.1080/08952841.2012.638873.
- Lopez, M., Ribeiro, J., Ores, L., Jansen, K., Souza, L., Pinheiro, R. & Silva, R. (2011). Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil. *Revista de Psiquiatria Do Rio Grande Do Sul*, 33(2), 103-108. doi:10.1590/S0101-81082011005000001.
- MacNeill, L. P., Best, L. A., & Davis, L. L. (2017). The role of personality in body image dissatisfaction and disordered eating: discrepancies between men and women. *Journal Of Eating Disorders*, 51-9. doi:10.1186/s40337-017-0177-8.
- Magovcevic, M., & Addis, M. E. (2008). The Masculine Depression Scale: Development and psychometric evaluation. *Psychology of Men & Masculinity*, 9(3), 117-132. doi:10.1037/1524-9220.9.3.117
- Mangweth-Matzek, B., Rupp, C. I., Hausmann, A., Assmayr, K., Mariacher, E., Kemmler, G., Whitworth, A. B. & Biebl, W. (2006). Never too old for eating disorders or body dissatisfaction: a community study of elderly women. *The International Journal Of Eating Disorders*, 39(7), 583-586.
- Mannan, M., Mamun, A., Doi, S., & Clavarino, A. (2016). Is there a bi-directional relationship between depression and obesity among adult men and women? Systematic review and bias-adjusted meta analysis. *Asian Journal Of Psychiatry*, 21, 51-66. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2015.12.008>.

- Marôco, J. (2014). *Análise estatística com o SPSS Statistics* (6.^a ed.). Portugal: ReportNumber.
- Martz, D. M., Handley, K. B., & Eisler, R. M. (1995). The relationships between feminine gender role stress, body image, and eating disorders. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 493–508.
- Maxwell, M. A., & Cole, D. A. (2012). Development and initial validation of the Adolescent Responses to Body Dissatisfaction measure. *Psychological Assessment*, 24(3), 721–737. doi:10.1037/a0026785.
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2004). Body image dissatisfaction among males across the lifespan: a review of past literature. *Journal Of Psychosomatic Research*, 56(6), 675–685.
- McCarthy, M. (1990). The thin ideal, depression and eating disorders in women. *Behaviour Research And Therapy*, 28(3), 205–215.
- McKinley, N. M. (1999). Women and objectified body consciousness: mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context. *Developmental Psychology*, 35(3), 760–769.
- Mutale, G. J., Stiller, J., Dunn, A., & Larkin, R. (2016). Development of a Body Dissatisfaction Scale Assessment Tool. *New School Psychology Bulletin*, 13(2), 47-57.
- Muth, J. L., & Cash, T. F. (1997). Body-Image Attitudes: What Difference Does Gender Make. *Journal of Applied Social Psychology*, 27(16), 1438–1452.
- Olivardia, R., Pope, H. G., Borowiecki, J. J., & Cohane, G. H. (2004). Biceps and body image: The relationship between muscularity and self-esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5, 112–120.
- Oliveira, C. (2013). *Os Efeitos da Depressão na Memória Operatória: Impacto da Valência Emocional*. (Dissertação de mestrado). Universidade do Porto, Portugal.
- Paxton, S. J., & Phythian, K. (1999). Body image, self-esteem, and health status in middle and later adulthood. *Australian Psychologist*, 34(2), 116–121. doi:10.1080/00050069908257439.
- Peat, C. M., Peyerl, N. L., Ferraro, F. R., & Buttler, M. (2011). Age and Body Image in Caucasian Men. *Psychology of Men & Masculinity*, 12(2), 195-200.

doi:10.1037/a0021478.

- Pliner, P., Chaiken, S., & Flett, G. L. (1990). Gender differences in concern with body weight and physical appearance over the life span. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 16, 263–273. <https://doi.org/10.1177/0146167290162007>.
- Pocinho, M., Farate, C., Dias, C., Lee, T., & Yesavage, J. (2009). Clinical and psychometric validation of the Geriatric Depression Scale (GDS) for Portuguese elders. *Clinical Gerontologist*, 32(2), 223-236.
- PORDATA (2018). Indicadores de envelhecimento. Recuperado em 6 de setembro de 2018, de <https://www.pordata.pt/Portugal/Indicadores+de+envelhecimento-526>
- Posavac, H. D., Posavac, S. S., & Posavac, E. J. (1998). Exposure to Media Images of Female Attractiveness and Concern with Body Weight Among Young Women. *Sex Roles*, 38(3–4), 187–201.
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity: a review and update. *Obesity (Silver Spring, Md.)*, 17(5), 941–964. doi:10.1038/oby.2008.636.
- Rabito-Alcón, M. F., & Rodríguez-Molina, J. M. (2016). Body dissatisfaction differences and similarities among people with eating disorders, people with gender dysphoria and university students. *Revista De Psicopatologia Y Psicología Clínica*, 21(2), 97-104. doi:10.5944/rppc.vol.21.num.2.2016.16991.
- Ribeiro, A. (2005). O corpo que somos: aparência, sensualidade, comunicação. (2.^a ed.). Cruz Quebrada: Casa das Letras.
- Ribeiro, P., Tavares, M. & Caetano, A. (2012). Contribuições de Fisher para a compreensão do desenvolvimento da percepção corporal. *Bragança Paulista*, 17, 379-386.
- Richard, A., Rohrmann, S., Lohse, T., & Eichholzer, M. (2016). Is body weight dissatisfaction a predictor of depression independent of body mass index, sex and age? Results of a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 16(1), 863. doi:10.1186/s12889-016-3497-8.
- Rubio H. (2002). Relações entre qualidade de vida e estrutura de personalidade em pessoas deprimidas. *PSIC Revista de Psicologia da Vetor Editora*, 3(1): 58-85.
- Sendra-Gutiérrez, J. M., Asensio-Moreno, I., & Vargas-Aragón, M. L. (2017). Características y factores asociados a la depresión en el anciano en España desde una perspectiva de género. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, 45(5), 185–200.

- Sepulveda, A. R., Carrobbles, J. A., & Gandarillas, A. M. (2008). Gender, school and academic year differences among Spanish university students at high-risk for developing an eating disorder: an epidemiologic study. *BMC Public Health*, 8(1), 102–113.
- Silva, W. R., Dias, J. R., Pimenta, F., & Duarte Bonini Campos, J. A. (2014). Avaliação da Preocupação com a Forma Corporal: Um Desafio. *Psychology, Community & Health*, 3(2), 103-119. doi:10.5964/pch.v3i2.89.
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497–502. doi:10.1016/0005-7967(94)90136-8.
- Smith, D. E., Thompson, J. K., Raczyński, J. M., & Hilner, J. E. (1999). Body image among men and women in a biracial cohort: the CARDIA Study. *The International Journal Of Eating Disorders*, 25(1), 71–82.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1(1), 15–28. doi:10.1016/S1740-1445(03)00008-1.
- Swami, V., Neto, F., Tovée, M. J., & Furnham, A. (2007). Preferences for female body weight and shape in three European countries. *European Psychologist*, 12(3), 220-228. doi:10.1027/1016-9040.12.3.220.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: stability and change. *Body Image*, 1(1), 29-41.
- Tiggemann, M. (2012) Sociocultural Perspectives on Human Appearance and Body Image. In Cash, F. & Smolak, L. (Eds), *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (pp 12-19). New York: The Guilford Press.
- Tiggemann, M., & Williamson, S. (2000). The Effect of Exercise on Body Satisfaction and Self-Esteem as a Function of Gender and Age. *Sex Roles*, 43(1–2), 119–127.
- Thompson, M. A., & Gray, J. J. (1995). Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64(2), 258-269.
- van den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard, D., & Neumark-Sztainer, D. (2010). The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: Similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. *Journal of Adolescent Health*, 47(3), 290–296. doi:10.1016/j.jadohealth.2010.02.004.
- van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., & Coover, M. (2002). The

- Tripartite Influence model of body image and eating disturbance: a covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal Of Psychosomatic Research*, 53(5), 1007–1020.
- Vaz-Serra, A. (1994). Inventário de Avaliação Clínica da Depressão. (1.^a ed.). Portugal, Coimbra: Faculdade de Medicina de Coimbra.
- Vogel, D. L., Heimerdinger-Edwards, S. R., Hammer, J. H., & Hubbard, A. (2011). “Boys don’t cry”: examination of the links between endorsement of masculine norms, self-stigma, and help-seeking attitudes for men from diverse backgrounds. *Journal Of Counseling Psychology*, 58(3), 368–382. doi:10.1037/a0023688.
- Webster, J. & Tiggemann, M. (2003). The Relationship Between Women's Body Satisfaction and Self-Image Across the Life Span: The Role of Cognitive Control. *The Journal of Genetic Psychology*, 164(2), 241-252.
- Whitbourne, S. K., & Collins, K. J. (1998). Identity processes and perceptions of physical functioning in adults: Theoretical and clinical implications. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 35(4), 519–530. doi:10.1037/h0087666.
- Wilcox, S. (1997). Age and gender in relation to body attitudes: Is there a double standard of aging? *Psychology of Women Quarterly*, 21(4), 549–565.
- Williamson, D. A., Gleaves, D. H., Watkins, P. C., & Schlundt, D. G. (1993). Validation of self-ideal body size discrepancy as a measure of body dissatisfaction. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 15(1), 57–68. <https://doi.org/10.1007/BF00964324>.

VII - ANEXOS

ANEXO A - Contour Drawing Rating Scale

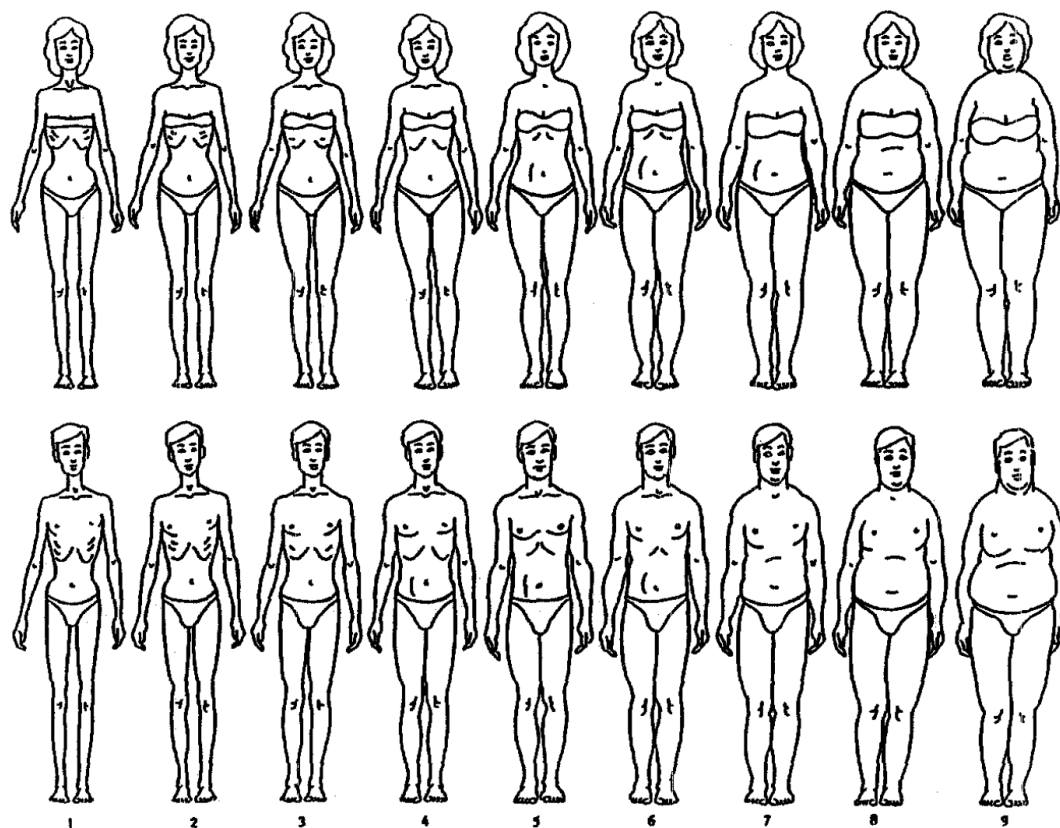


Imagem retirada de:

Thompson, M. A., & Gray, J. J. (1995). Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64(2), 258-269.